



Меню Приятного аппетита!

31.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/40	Бутерброд с маслом (батон).	Калорийность-122	43-63
200	Каша молочная рисовая с маслом	Калорийность-255	33-77
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-47
150	Яблоко свежее	Калорийность-90	22-77
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-535	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-78
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	21-65
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-729	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Суп из овощей со сметаной(о.ч.)	Калорийность-99	21-92
75/50	Бефстроганов из филе индейки 125	Калорийность-326	141-45
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-64
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-990	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-78
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	21-65
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-729	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Суп из овощей со сметаной (о.ч.)	Калорийность-82	18-13
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-34
150/30	Каша гречневая рассыпчатая/Икра морковная 150/30	Калорийность-297	17-02
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
23	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-55	2-02
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-717	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	37-77
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
75	Булочка с маком"	Калорийность-221	11-35
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-452	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Суп из овощей со сметаной (о.ч).	Калорийность-82	18-13
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-78
150/35	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/35	Калорийность-297	29-21
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-842	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/40	Бутерброд с маслом (батон).	Калорийность-122	43-63
200	Каша молочная рисовая с маслом 200	Калорийность-255	33-77
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-47
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	22-77
200	Суп из овощей со сметаной (о.ч).	Калорийность-82	18-13
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-78
150/35	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/35	Калорийность-297	29-21
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 423	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-78
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	21-65
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250	Суп из овощей со сметаной(о.ч.)	Калорийность-99	21-92
120	Котлета мясная из говядины и свинины 120	Калорийность-335	94-81
180/25	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/25	Калорийность-255	29-41
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 758	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Суп из овощей со сметаной(о.ч.)	Калорийность-99	21-92
75/50	Бефстроганов из филе индейки 125	Калорийность-326	141-45
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-64
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-990	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____